

ESTOUFFADE DE JOUE DE BOEUF



Préparation : 20 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 4 h - **Matériel :** -

Ingrédients : 4 PERSONNES

- 2 joues de boeuf parées (1kg) en cubes de 4cm - 2 oignons coupés en 4 - 3 gousses d'ail dégermées et émincées - 3 c.c. de fond de veau en poudre - 350 ml de vin blanc - 50 ml d'huile d'olive - Thym - Sel, poivre - Maïzena

1. Mettez les oignons dans le bol inox. Lancez le programme EXPERT, 30 secondes/vitesse 13 (sans chauffer).
2. Ajoutez l'huile, la viande, les oignons, l'ail et le vin blanc. Enlevez le bouchon et lancez le programme RISSOLAGE. En parallèle, délayez votre fond de veau dans 300 ml d'eau pour le lier.
3. Ajoutez le fond de veau lié, le thym et sel et poivre. Lancez ensuite le programme MIJOTAGE, 4 heures.

Astuce du chef :

Selon la consistance, versez un peu de Maïzena délayée à l'eau froide. Lancez le programme MIJOTAGE, 5 minutes. Selon l'épaisseur de la viande, il peut être nécessaire d'adapter le temps de cuisson.

